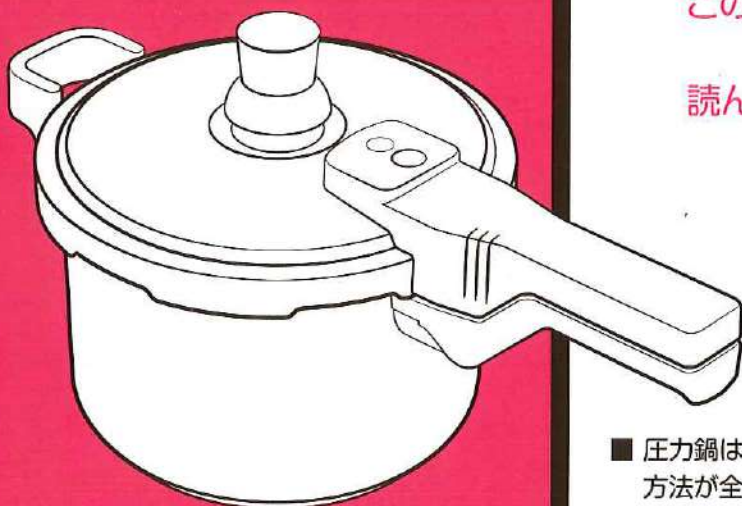




取扱説明書

あなたとわたしの の 圧力魔法鍋



この圧力鍋の作動圧は、
140kPaの超高圧・高圧タイプです。
調理の際、加圧時間にご注意ください。



<基準認証品>

製品安全協会

IPCC 圧力なべ協議会

このマークは、圧力なべ協議会の基準に
合格したことを証明する表示です。

あなたとわたしの圧力魔法鍋 家庭用 片手圧力鍋 3.0L (ZASA30)

この取扱説明書をよくお読みの上、
正しくご使用下さい。
読んだ後は必ず保管してください。

- 圧力鍋は、各メーカー、各商品によって、仕様及び使用方法が全く異なります。
本書の諸事項を守らないで万一事故が発生した場合は、使用者の責任となります。
- 保証書は、26ページにございます。
「お買い上げ日・販売店名」を販売店に記入して頂いてください。
記入が無い場合はレシートと共に大切に保管してください。
- 別途付属の取扱説明書、注意書きがある場合は、そちらも必ずお読み頂き、大切に保管してください。



このマークは、製品安全協会が、製品安全を図るために定めた基準に合格したことを証明する表示です。万一製品の欠陥により、人身事故が発生した場合、協会が損害を賠償します。「消費生活用製品安全法」に基づく特定製品として、認証されている製品に貼られます。

もくじ

各部の名称	3
安全上のご注意	4~7
圧力鍋の使い方	
ステップ1 ご使用前に毎回チェック	8
ステップ2 フタを閉める	9~10
ステップ3 調理後、フタを開く	11
ステップ4 調理の流れ	12~13
ステップ5 調理後のお手入れ	14
ちょっと便利な使い方	15
加圧時間早見表	16~18
トラブルと対策	19~23
アフターサービスについて	24
インターネット・モバイルページ	25
保証書・保証内容	26~27

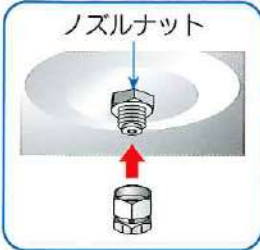
各部の名称

圧力調整装置 おもり
140キロボスカル(ZAS-01-H)



おもりのマークはおもりの
取り外し方を表しています。

圧力調整装置 ノズル
(ZAS-02)



ノズルフィルター(ZAS-09)

パッキン(ZAS-10-18)

蒸しす(ZAS-14-18)

本体補助取っ手
(ZAS-04)

付属品



掃除ピン
(ZAS-13)



取扱説明書(本書)
(ZAS-16)



- * 部品を紛失された時は、このページの部品名とお手持ちの商品の商品名・製造年月をご確認の上、P24の【お客様相談室】へお問い合わせください。
- * 別れの製品の部品の流用は危険ですのでご注意ください。
- * これらは標準付属品です。モデルによってセット内容が異なります。
- * 品質向上の為、商品仕様を予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。
- * 別途付属の取扱説明書、注意書きがある場合はそちらも必ずお読みいただき、大切に保管してください。

圧力鍋は加熱して使用する調理器具です。使用中は内部が極めて高温・高圧になります。取り扱いを誤るとお使いになる人や他人への火傷等の傷害、財産への損害が生じる危険があります。それらを未然に防止するために、必ずお守り頂くことを次のように説明しています。

表示内容を無視して誤った使い方をした時に生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。



警告

この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。



注意

この表示の欄は、「傷害を負う可能性または、物的損害が発生する可能性が想定される」内容です。

お守り頂く内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。(下記は絵表示の一例です。)



禁止

このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。



強制

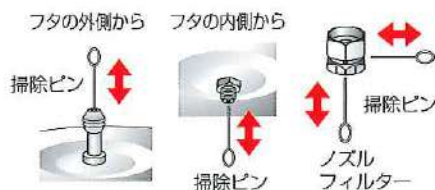
このような絵表示は、必ず実行していただく「強制」内容です。



警告



ご使用前に圧力調整装置のノズル及びノズルフィルターが詰まっていないことを確認してください。詰まっている場合は、付属の掃除ピンでノズル及びノズルフィルターの掃除をしてください。ノズル及びノズルフィルターが詰まっていると、調理中に鍋が爆発し怪我をする恐れがあり危険です。



調理する際は、水、食材を合わせて、鍋の容量の2/3未満の量(最大調理量)で使用してください。豆類、麺類等の調理中に膨張するものや、お粥のように泡が出やすいものは、水、食材を合わせて、鍋の容量の1/3未満の量(豆類最大量)で使用してください。この量を超えて調理を行うと、食材がノズルに詰まり、鍋が爆発し怪我をする原因となります。



重曹、タンサン、ふくらし粉、多量の酒、多量の油は使用しないでください。内容物の急激な変化により、ノズルが詰まり、爆発や故障の原因となったり、発火の原因となります。



カレー・シチュー等、粘性が強く糊状になるものを入れた料理は、加圧を行わないでください。ルーは加圧後に入れ、ガラスフタ等を使って調理してください。ルーを入れた状態で加圧すると、ルーがノズルに詰まり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり危険です。温め直しの際にも、ガラスフタ等を使用してください。



空焚きや過剰な火力での加熱は行わないでください。
※空焚きとは、鍋内部の水分が無くなった状態での加熱の事です。火災や商品破損による、思わぬ事故が発生する恐れがあります。



警告



フタの開閉は、P9～P11の手順に従い、本体取っ手とフタ取っ手が揃う位置までフタをしっかりと閉めてください。きちんとフタが閉まっていない状態で加熱をすると、安全装置が正常に働かず、鍋が爆発し怪我をする恐れがあります。また、スライドが熱で変形し、故障の原因となります。



フタを開ける際は、P11の【フタを開く】の手順に従って、内圧を下げてからフタを開けてください。フロートが下がっていることを確認し、おもりを外してください。調理が終わった後も、鍋の中には圧力が残っています。鍋の中に少しでも圧力が残っている状態でフタを開けると内容物が噴き出て火傷をしたり、フタが飛んで怪我をする恐れがあり、非常に危険です。



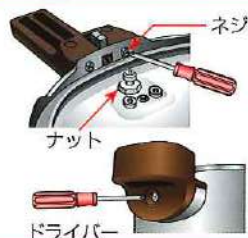
やむを得ず、急いでフタを開ける場合は、P15の【急冷】の手順に従ってください。



ご使用前にはP8の【ご使用前に毎回チェック】に従って、各部の点検を行ってください。ご使用後はP14の【調理後のお手入れ】に従って毎回掃除を行ってください。点検、掃除を行わずに使用すると、思わぬ事故が発生する恐れがあります。



毎回ご使用前に、各部のネジ、ナットに緩みがないことを確認してからご使用ください。緩みがある場合は、必ず追い締めをしてから使用してください。取っ手が緩むと、本体の落下によって火傷をしたり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあります。また、ノズル・安全弁・フロートの緩みは、部品が加圧中に外れて飛び出し、怪我をする恐れがあります。



各部に異常が生じた場合は、直ちに使用を止めてください。P19～23の【トラブルと対策】をお読み頂き、適切な対処を行ってください。異常が生じたままご使用を続けると、思わぬ事故が発生する恐れがあります。



ご使用後はP14の【調理後のお手入れ】に従って、各部の点検と掃除を行ってください。



フタ取っ手やおもりを持って移動しないでください。鍋を移動する際は、必ず、本体取っ手と本体補助取っ手を両手で持って移動してください。

警告



加熱中は鍋に衝撃を与えないでください。また、火を止めた後も、鍋が熱いうちは揺らしたり衝撃を与えたりしないでください。内部の状態が急激に変化し、内容物や蒸気が噴出し、鍋が爆発し怪我をする恐れがあります。



不安定な場所や屋外で使用しないでください。鍋の転倒、落下などにより、鍋が爆発し怪我をする恐れがあります。



底が著しく変形した鍋や、底が剥離した鍋は使用しないでください。使用中に鍋が転倒し、火傷を負ったり、落下によって鍋が爆発し怪我をする恐れがあります。



紙やアルミホイル等の薄手の素材で、落としフタをして加圧をしないでください。落としフタをする場合は、市販の金属製のものか、付属の蒸しすをご使用ください。落としフタに薄手の素材を使用すると、フタの内側に貼り付いて安全装置が正常に作動せず、鍋が爆発する恐れがあります。



他の人に鍋を貸し出す場合は、必ずこの取扱説明書と付属部品を添えてお渡しください。



圧力鍋のパッキンは消耗品です。安全にご使用いただくため、1年に1回は新しいものに交換してください。



ご使用の際は必ず、付属のおもり、パッキン、ノズルフィルターをご使用ください。紛失、劣化などでご購入の場合はP24の【お客様相談室】までご連絡ください。他商品のものを使用すると正常に働かず、商品の破損や思わぬ事故が発生する恐れがあります。



子供など取り扱いに不慣れな方だけで使用しないでください。また、乳幼児の近くや手の届く所で使用しないでください。火傷や怪我をする恐れがあります。



圧力がかかっていない状態であっても、鍋が熱いうちは、鍋を揺らしたり、急にかき回したりしないでください。内容物の状態が急激に変化することで**突沸**(※1)が発生し、火傷や怪我をする恐れがあります。



加熱中は鍋の側から離れないでください。

注意



ガスコンロを使用する場合は、**炎が鍋底からはみ出さない**よう、火力を調整して使用してください。
鍋がコンロの中心からずれていたり、火力が強すぎると、取っ手やパッキンが焦げ、商品の劣化を早め、思わぬ事故が発生する恐れがあります。



IHクッキングヒーターをご使用の場合は、弱火(300W~500W程度)で**約1分程予熱**した後、**鍋が温まったら強火(1000W~1500W程度)**にしてください。
最初から強火で加熱すると、鍋の変形や剥離、焦げ付きが発生する恐れがあります。



フタを開ける際は、まっすぐ上に持ち上げてください。斜めに持ち上げるとフタが本体に引っかかり、鍋が傾いて内容物がこぼれ、火傷をする恐れがあります。



使用中や使用後に鍋の金属部分に手を触れないでください。
火傷をする恐れがありますので、ミトン、鍋つかみ等を使用してください。



食器洗浄機は使用しないでください。
熱風によって鍋の部品を傷める原因となります。
また、洗剤の種類によっては部品を傷めるものがあり、劣化を早める原因となります。



鍋の中に食物を保存しないでください。
汚れ・サビや、鍋が傷む原因となります。
使用後は調理物を速やかに別の容器に移し、すぐに鍋を洗浄してください。



油脂分の多い食材(すじ肉、スペアリブ等)を一度に大量に調理すると、油脂分が固着して安全装置が正常に作動しなくなることがあります。
大量に調理する場合は、一度下ゆでして、油脂分を落としてから調理してください。

突沸について

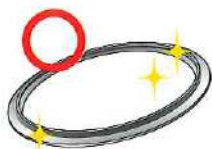
加熱した液体が沸点(水:100℃)を超えても沸騰しない状態(過加熱状態)で、振動などの衝撃で突然、激しく沸騰する現象を言います。 <独立行政法人 製品評価技術基盤機構のHPより抜粋>

IHクッキングヒーターやガスコンロで食品を再加熱するときは火力を弱めにし、ゆっくりよくかき混ぜながら温めてください。強火での急加熱は突沸の原因となります。
激しい突沸が起こると内容物が噴出して周囲に飛散し、その勢いで鍋が大きく動くことがあり、大変危険です。

ご使用前に毎回チェック

ステップ 1

1 パッキンをチェック



表面にヌメリがないか確認してください。毎回、お湯と食器用中性洗剤で洗い、十分にすすぎ水分を拭き取ってからご使用ください。ヌメリが残った状態で使用すると、パッキンが滑り出て、蒸気や内容物が噴き出すことがあり大変危険です。

パッキンの弾力性が無いものや、傷、ヒビ割れがある場合は使用を止め、新しいものに交換してください。そのまま使用を続けると、パッキンが切れて、内容物が飛散し、火傷をする恐れがあります。圧力鍋のパッキンは、消耗品です。安全にご使用頂くため、1年に1回は新しいものに交換してください。



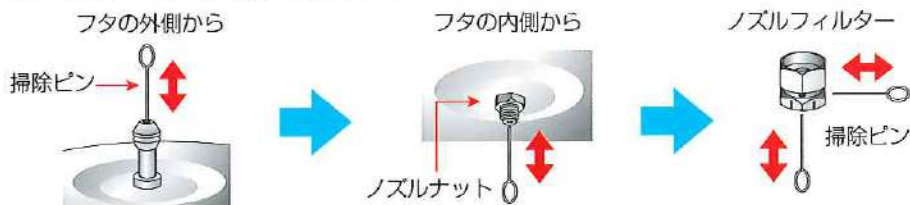
強制



強制

2 ノズル・ノズルフィルターのチェック

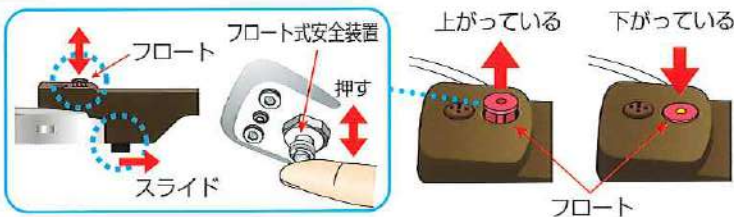
掃除ピンをノズル、ノズルフィルターの穴に差し込み、詰りがないか確認してください。目詰まりしていると圧力調整装置が正常に作動せず、爆発する恐れがあります。ノズルナットが緩んでいないか、確認してください。緩んでいる場合は追い締めしてください。ノズルフィルターを取り付けてください。



強制

3 フロート式安全装置をチェック

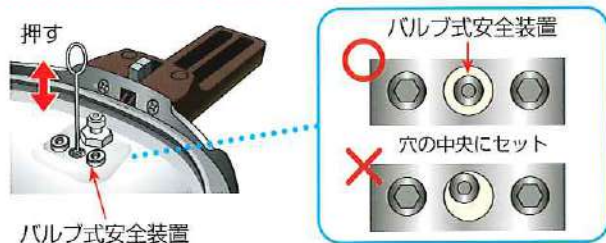
スライドを引きながら、フロート式安全装置を指で押し、フロートがスムーズに上下するか確認してください。



強制

4 バルブ式安全装置をチェック

バルブ式安全装置をフタの裏側から掃除ピン等で押し、スムーズに上下するか確認してください。点検後は、バルブ式安全装置を穴の中央にセットしてください。偏っていると蒸気が漏れることがあります。



警告

各部品に、変形、破損、分解、割れ等の異常が発生した場合は、直ちに使用を止め、P24の【お客様相談室】までお問い合わせください。そのままご使用を続けると加圧中に部品が破損し、火傷や怪我をする恐れがあります。

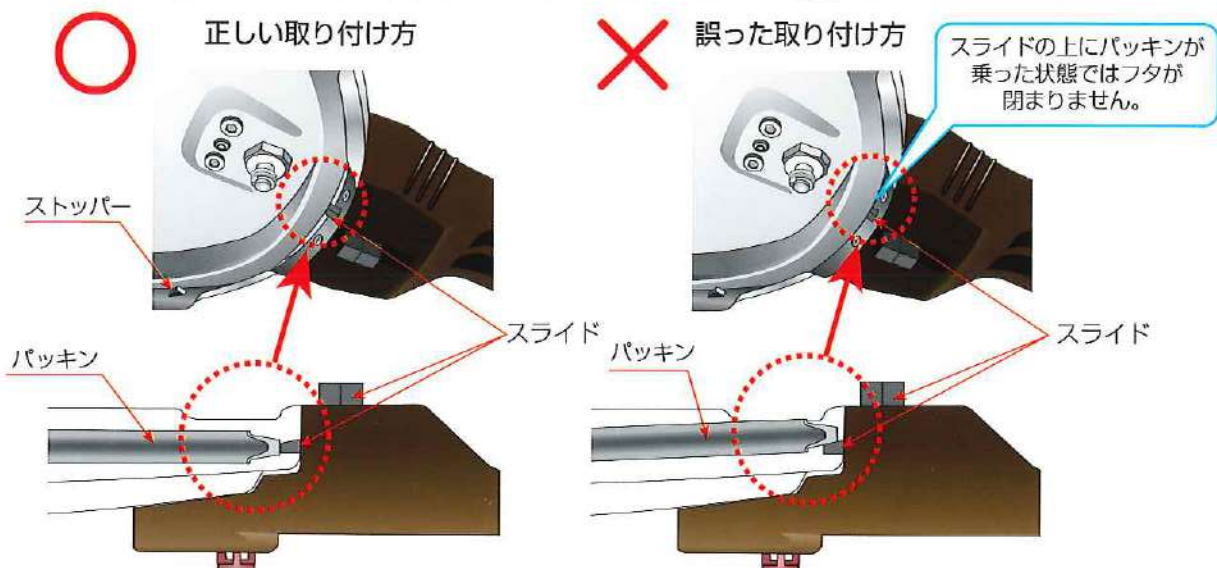
フタを閉める

ステップ 2

1 パッキンを取り付ける

パッキンは図のように取り付けてください。

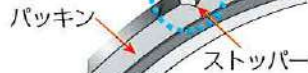
誤った取り付け方をするとフタができなくなったり、パッキンが破損することがあります。



強制

必ず付属のパッキンを使用してください。
他の商品のものを使用すると正常に働かず、
商品の破損や思わぬ事故が発生する恐れが
あります。

パッキンはストッパーの
下側にはめてください。



2 フタをセットする

フタの三角マークと本体取っ手の三角マークを合わせて、
本体の上にフタをまっすぐに置いてください。



注意

フタを傾けた状態で閉めると、パッキンが切れたり、フタが開かなくなることがあります。
フタが閉まりにくい場合は、一旦フタを本体から外し最初からやり直してください。
無理にフタを閉めるとパッキンが破損したり、フタが開かなくなることがあります。

フタを閉める

ステップ2

3 フタを回す

本体取っ手とフタ取っ手が揃う位置までフタを時計回りに回転させ、フタを閉めてください。
フロートが上がったままではフタが閉まりません。
スライドを引き、フロートを下げてからフタを閉めてください。



4 おもりを取り付ける

おもりをノズルの上にかぶせ、ストンと落ちるまで時計回りに回してねじ込みます。
おもりを指で押してユラユラと動く状態が正常です。



調理後、フタを開く

ステップ 3

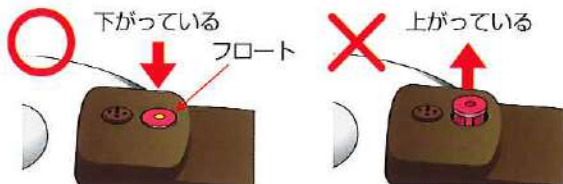
1 圧力が下がったことを確認

フロート式安全装置が下がっていることを確認してください。



禁止

フロート式安全装置が上がっている状態で、無理にフタを開けないでください。フタが飛んだり、高温の内容物が噴出して、火傷を負う可能性があり非常に危険です。



2 残った蒸気を抜く

おもりを傾けて、残った蒸気を完全に排出してください。おもりを傾けた時に、プシューと勢いよく蒸気が出続ける場合は、鍋の中に圧力が残っています。おもりを元に戻し、しばらく放置してからもう一度おもりを傾けてください。



強制



注意

おもりのすき間から、蒸気が勢いよく出ることがありますので、火傷をしないよう注意してください。

3 おもりを外す

おもりを上へ引っ張りながら、マークの矢印の方向(反時計回り)に回して、外してください。



強制



4 フタを反時計回りに回転

取っ手をわずかにずらした後一旦止め、フタの隙間から蒸気が漏れていないことを確認した上で、本体取っ手とフタ取っ手の三角マークが合う位置までフタを回転させてください。

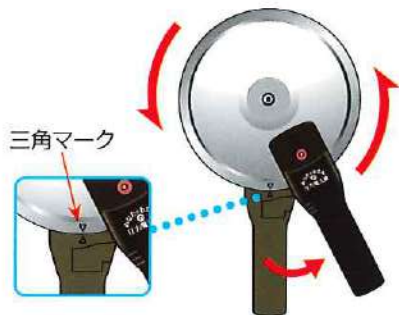


強制



禁止

フタの回転が普段より重く感じられる場合は、無理に開けないでください。鍋の中に圧力が残っている可能性があります。もう一度おもりを取り付け、P15の【急冷】の手順に従って水で冷やして圧力を下げた後、このページの手順に従ってもう一度フタを開けてください。



5 フタを持ち上げる

フタをまっすぐ上に持ち上げ、開けてください。



注意

フタを開ける際に蒸気が立ち上がります。火傷をしないように注意してください。フタを開ける際は、鍋が揺れないようにしてください。突沸が発生し、火傷や怪我をする恐れがあります。(P7の【突沸】参照) フタを斜めに持ち上げると、フタの端が本体に引っかかり、鍋が傾いて火傷をする恐れがあります。



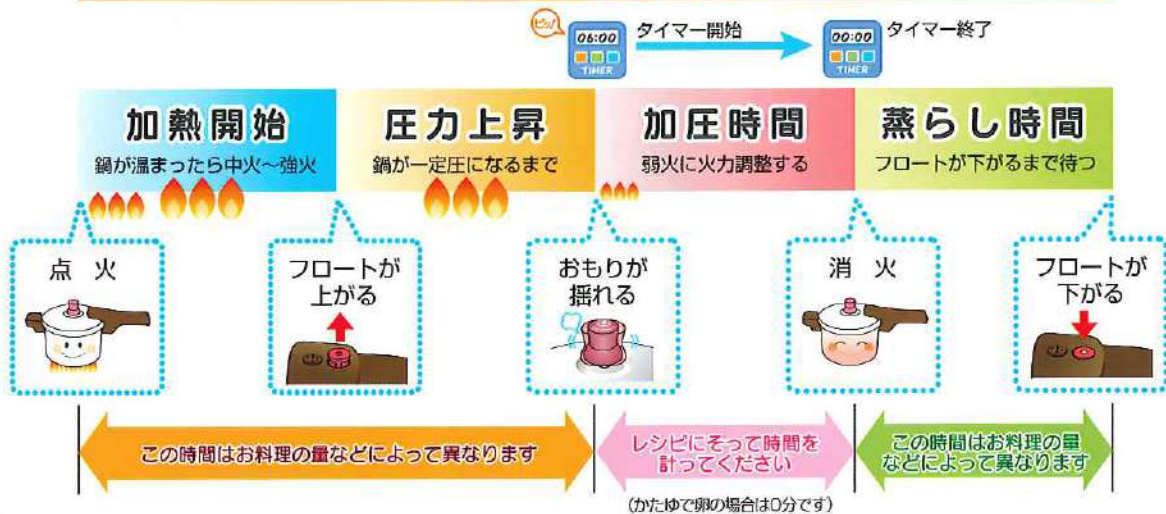
調理の流れ

ステップ 4

★初めての調理の前には、水だけを3cm程入れて加熱し、圧力鍋の動作を確認することをお勧めします。

圧力鍋の調理の流れは、下記の説明図のように大きく4つに分けることができます。ここでは、「かたゆで卵」を作る場合を例にとって、基本的な調理の流れを説明します。実際の調理は付属のレシピ等に沿って行ってください。

基本的な調理の流れ



1 準備

P8の【ご使用前に毎回チェック】をご確認頂いた上で、圧力鍋と材料を用意してください。

2 具材と水を入れる

鍋の中に卵(具材)と水を入れます。「かたゆで卵」の場合は、鍋内側の「豆類最大量」の線まで水を注いでください。



3 フタを閉める

P9の【フタを閉める】の手順に従ってフタを閉めてください。

4 火にかける

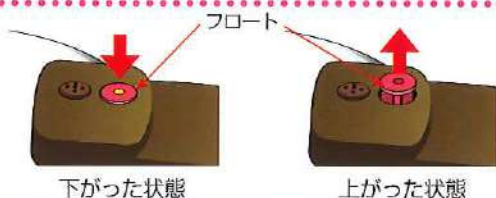
圧力鍋をコンロの中央にのせ、鍋底からはみ出さない程度の中火～強火で加熱してください。IHクッキングヒーターをご使用の場合は、弱火(300W～500W程度)で1分程予熱した後、鍋が温まったら強火(1000W～1500W程度)にしてください。



注意 火力が強すぎると、取っ手の焼け焦げや鍋底の変形の原因となります。

5 圧力が上がり始める

点火後*2分～10分程で、フロート式安全装置が上がります。この時点ではまだ、鍋の内部は調理圧に達していません。



6 圧力調理開始

フロートが上がってから*5分～10分程度で、おもりが揺れ始めます。これが調理の圧力に達したしるしです。おもりが揺れ始めたら、おもりが小さく揺れるように火力を調整してください。(この商品のおもりは回りません)ここからタイマーをセットし、レシピの指定時間まで加熱を続けます。(この時間を「加圧時間」と呼びます)



「かたゆで卵」の場合は加圧時間は0分ですので、おもりの揺れ具合を確認したら火を止めてください。

具材の増減があっても、加圧時間は同じです。

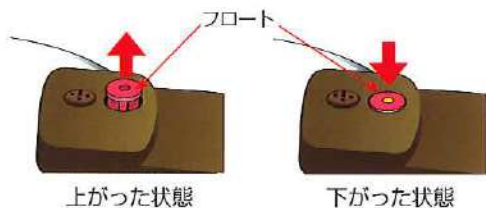
但し、具材の大きさを変えた時は、加圧時間を調整してください。

- ★具材大きめ → 加圧時間を長くする
- ★具材小さめ → 加圧時間を短くする

7 蒸らし時間

火を止めてから*5分～30分程で、フロート式安全装置が下がります。(この時間を「蒸らし時間」と呼びます)フロート式安全装置が下がったことを確認したら、P11の【調理後、フタを開く】の手順に従ってフタを開けてください。

レシピで指示された時間よりも、短い時間でフロートが下がった場合は、指示時間までフタを開けないでください。時間が来てもフロート安全装置が下がらない時は、下がるまで蒸らしてください。



- ※説明文中の「フロート式安全装置が上がる時間」、「おもりが揺れ始めるまでの時間」、「フロート式安全装置が下がるまでの時間」は、あくまで目安です。実際の時間は、調理内容、気温、水温、ご使用の熱源、調理物の量によって異なります。
- ◎本商品の作動圧は140キロパスカルです。
- 商品に付属のレシピ以外をご使用になる場合は、加圧時間を調整してください。
- ◎豆類、おかゆ等、泡立ちやすい料理は多少煮汁がこぼれる場合があります。



強制

調理の流れにあてはまらない動きをした場合は、直ぐに火を止め、そのまま冷めるまで鍋を放置してください。鍋が冷めたら、P11の【調理後フタを開く】の手順に従ってフタを開けてください。故障かなと思ったら、P19～P23の【トラブルと対策】をお読み頂き、適切な対処を行ってください。更にご不明な点がございましたら、P24の【お客様相談室】までお問い合わせください。



禁止

鍋を移動する際は、本体取っ手と本体補助取っ手以外の場所を持って移動しないでください。鍋を落とし爆発し、怪我をする恐れがあります。また、おもりから急に蒸気が出て火傷を負う恐れがあります。必ず、本体取っ手と本体補助取っ手を両手でしっかりと持って移動してください。



調理後のお手入れ

ステップ5

1 保存は別容器に

調理後は鍋の中に料理を保存せず、速やかに皿などに移し替えてください。鍋が錆びたり、変色したりすることがあります。



2 いつも清潔に

鍋とフタ、おもり、パッキン、ノズルフィルターを外し、各部品を食器用中性洗剤で洗った後、よくすすいで、水分を拭き取りよく乾燥させてください。ノズルフィルターは手で回して外す事ができますが、外れにくい場合はペンチやスパナ等で、反時計回りに回して取り外してください。



樹脂製やゴム製の部品を洗浄する際は、金属たわしや研磨剤入りのスポンジ等を使用しないでください。部品の劣化を早めます。

3 パッキンの洗浄



調理カスや表面のヌメリがなくなるまで、**毎回、使用後に**お湯と食器用中性洗剤で洗浄してください。洗浄、乾燥の際、包丁等で傷を付けないよう注意してください。

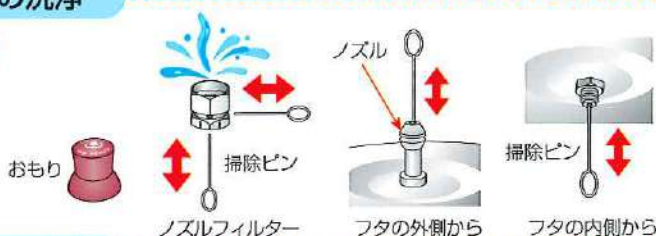


4 ノズル・ノズルフィルター・おもりの洗浄



毎回使用後にお湯と食器用中性洗剤で洗浄してください。

調理カス等が詰まっていたら、付属の掃除ピンで取り除いてください。



5 フロート式安全装置・バルブ式安全装置の洗浄

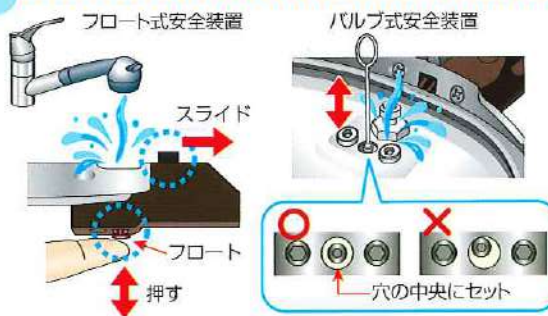


お湯を流しながら上下に動かして、内部に溜まった汚れを洗い流してください。

フロート式安全装置は、スライドを引きながら指で上下に動かして洗浄してください。

バルブ式安全装置は、掃除ピン等で押しながら洗浄してください。洗浄後は、バルブ式安全装置を穴の中央にセットしてください。

偏っていると蒸気が漏れることがあります。



6 お片付け

鍋を片付ける際は、フタを逆さにして本体の上にかがせ、空気を通るようにするとニオイがこもりません。



食器洗浄機は使用しないでください。熱風によって鍋の部品を傷める原因となります。また、洗剤の種類によっては部品を傷めるものがあり、商品の劣化を早める原因となります。

ちょっと便利な使い方

★圧力鍋を使い慣れてきたら…★

蒸し料理

蒸し料理をする場合、鍋底から2cm以上(0.6リットル程度)水を張り、鍋の中に蒸しすを置き、その上に食材を置いてください。その時、食材が鍋の縁より高くならないよう注意してください。
※蒸し料理はレシピに沿ってご使用ください。

豆料理・麺類の料理

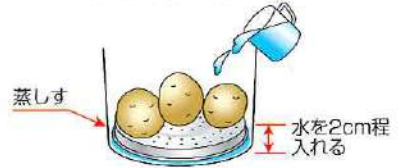
豆類・麺類等、調理中にかさが増える料理は、必ず材料と水を合わせた量が豆類最大量の線より下になるように調整してご使用ください。大豆のような皮の剥がれやすい豆を調理する際は、市販の金属製の落としフタをお使い頂くか、付属の蒸しすを落としフタ代わりにしてご利用ください。豆の皮が詰まるのを防止します。

紙やアルミホイル等の薄手の素材で、落としフタをして加圧をしないでください。落としフタをする場合は、市販の金属製のものか、付属の蒸しすをご使用ください。薄手の落としフタは、安全装置に貼りついて、鍋が爆発する恐れがあります。

圧力鍋除菌

あなたとわたしの圧力魔法鍋は、121度以上の高温高压で、通常の煮沸では除菌しにくい菌もしっかり除菌します。蒸し料理と同じ要領で、鍋に水を張って蒸しすを置き、その上に哺乳瓶等の除菌したい器具を置いてください。※
フタを閉め、火にかけておもりが動いたら、20分間加圧してください。圧力が下がったらフタを開け、中身を取り出してください。

蒸し料理の場合



蒸しす(裏返して使用します)



強制



注意

圧力鍋除菌を行う際は、おもりがわずかに揺れる程度まで、火力を絞ってご使用ください。火力が強いと、蒸気排出量が多くなり、空焚きになり、哺乳瓶等が変形したり、溶けたりする恐れがあります。また、火災や、商品破損による思わぬ事故が発生する恐れがあり危険です。



注意

ゴムやプラスチック等の熱に弱い素材は、変形することがあります。ご使用前に器具の耐熱温度をご確認ください。また、溶けたり変形したりする恐れがありますので、鍋肌にゴムやプラスチックが触れないようご注意ください。器具を取り出す際は火傷にご注意ください。
※市販のざるや耐熱容器などをご利用頂くと、出し入れがし易く、また、器具が鍋肌に触れて溶けたり変形したりするのを防ぐことができます。

やむを得ず、急いでフタを開ける場合

急冷

鍋を慎重にシンク(流し)に置き、フタの片側にふきんを掛け、水をかけてください。その際、おもり、フロート式安全装置に水がかからないようにしてください。フロート式安全装置が下がったことを確認した後、**おもりを外し、P11の【フタを開く】の手順に従って、フタを開けてください。**一旦フロートが下がっても、鍋を揺らしたり、動かしたりすると再沸騰し圧力がかかり、フロート式安全装置が上がります。その時はフタを開けずにししばらく放置し、再度フロートが下がったことを確認してから、P11の【フタを開く】の手順に従ってもう一度フタを開けてください。
※鍋を移動する時はミトン等を使用してください。



急減圧

(急減圧をすると煮崩れしやすくなります)
おもりを少し持ち上げ、おもりの頭部を手前に傾けて、フロート式安全装置が下がるまで蒸気を抜いてください。フロート式安全装置が下がった後の手順は、急冷と同様です。安全に十分注意して、フタを開けてください。おもりを傾けた時、勢いよく蒸気が出ますので、火傷をしないよう注意してください。



加圧時間早見表

よく使われる材料を調理するのに必要な水分量、加圧時間、蒸らし時間を表にしました。

- **Wonder chief 魔法のクイック料理 5.5ℓ (140キロパスカル)**を使い、水分量には調味料を含みます。
- 熱源の種類や火力の強さ、材料の大きさ、取り合わせによって加圧時間が多少変わりますので、この表はひとつの目安としてお使いください。
- 加圧時間：おもりが動き始めてから火を消すまでの時間です。
詳しくは、P12の【調理の流れ】をご確認ください。
- **あなたとわたしの圧力魔法鍋**の作動圧は、超高压・高压タイプです。
調理の際、加圧時間にご注意ください。
- 【急冷】する際は、P15を参照してください。

調理単位

カップ…1カップ200ml
大さじ…15ml
小さじ…5ml
1合…180ml

	材 料	調理法	分 量	大きさ・形	水分量	加圧時間	備 考
						高 圧	
肉	豚 も も 肉	茹でる	600g	300gのかたまり2つ	400ml	5分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	豚 バ ラ 肉	茹でる	600g	4cm角	650ml	8分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	豚 バ ラ 肉	茹でる	800g	1.5cm幅	400ml	4分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	豚 ロ ー ス	蒸す	250g	しょうが焼き用スライス	鍋底から2cm	2分	蒸しずを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	スペアリブ	茹でる	700g	食べやすい大きさ	材料のひたひたの量	6分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鶏 肉	茹でる	1羽丸ごと	内臓をとり出して1~1.5kg	800~1200ml	30分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鶏 も も 肉	茹でる	700g	大きめのひと口大	400ml	15秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鶏 む ね 肉	蒸す	300g	かたまり	鍋底から2cm	1分	蒸しずを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	骨 つ き 鶏 も も 肉	茹でる	4本	—	400ml	1分30秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	牛 す じ 肉	茹でる	400g	食べやすい大きさ	300ml	5分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	牛 す ね 肉	茹でる	700g	6cm角	450ml	6分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	牛 タ ン 肉	茹でる	500g	10cmくらいの径で1.5cm幅の輪切り	400ml	10分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鶏 手 羽 元 肉	茹でる	12本	—	450ml	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鶏 レ バ ー	茹でる	400g	食べやすい大きさ	400ml	0秒	5分蒸らしたら、急冷して蒸気を抜く

加圧時間早見表

	材 料	調理法	分 量	大きさ・形	水分量	加圧時間	備 考
						高 圧	
魚	さんま	茹でる	4尾	うろこ、頭、腹をとって半分に切る	400ml	10分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	真いわし	茹でる	6尾	1尾20cmくらいのもものを使用 うろこ、頭、腹をとって4等分に切る	200ml	8分	鍋底にアルミホイルを敷くと焦げ付きにくい フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	あじ	茹でる	5尾	1尾20cmくらいのもものを使用 頭、腹、せいごをとる	350ml	6分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	鯛	茹でる	頭とかま1尾分	うろこ、えらを とって縦半分	材料の八分目 くらいの高さ	15秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	白身魚	蒸す	切り身 4切れ	—	鍋底から2cm	0秒	蒸しすを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	さば	茹でる	1尾	頭、腹、尾をとって 3等分の筒切り	180ml	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	さば	茹でる	切り身 4切れ	—	300ml	30秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	いさき	茹でる	2尾	1尾20cmくらいのもものを使用 うろこ、腹をとる	300ml	2分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	いか	茹でる	2はい	わたをとって 1cm幅の輪切り	120ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	かき	蒸す	150g (6~7個)	—	鍋底から2cm	30秒	蒸しすを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	たこ	茹でる	500g	大きめの乱切り	350ml	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	えび	蒸す	有頭えび 10尾	1尾15cmくらいのもものを使用 背わたをとる	鍋底から2cm	0秒	蒸しすを置いた上に材料を置く 5分蒸らしたら蒸気を抜く
	あさり	茹でる	300g	砂抜きをしておく	材料がかぶる くらい	0秒	3分蒸らしたら、急冷して蒸気を抜く
豆	大豆	茹でる	200g	—	800ml	1分	下茹で前、フタをかけて熱湯につけ 2時間おく。フロートがおりるまで 自然放置で蒸らす
	大豆	蒸す	200g	—	鍋底から 2~3cm	5分	ひと晩水につけた、または熱湯に2時間 浸した豆を蒸しすの上に広げて蒸らす。 その際、落とすフタをし、豆の皮が鍋 フタに付きにくくなるようにする。
	黒豆	茹でる	200g	—	700ml	下茹で1分 + 仕上げ1分	下茹で前、フタをかけて熱湯につけ 2時間おく。フロートがおりるまで 自然放置で蒸らす
	小豆	茹でる	170g (1カップ)	—	600ml	下茹で5分 + 仕上げ3分	フロートがおりるまで自然放置で 蒸らす
	白花豆	茹でる	200g	—	800ml	下茹で4分 + 仕上げ30秒	フロートがおりるまで自然放置で 蒸らす
海藻	昆布	茹でる	乾燥の状態 で15g	水につけて戻し、 細切りにする	150ml	1分	フロートがおりるまで自然放置で 蒸らす
	ひじき	茹でる	乾燥の状態 で60g	水につけて戻す	200ml	30秒	フロートがおりるまで自然放置で 蒸らす
	切り昆布	茹でる	乾燥の状態 で50g	水につけて戻す	200ml	30秒	フロートがおりるまで自然放置で 蒸らす

加圧時間早見表

	材 料	調理法	分 量	大きさ・形	水分量	加圧時間	備 考
						高 圧	
野菜	かぼちゃ	茹でる	400g	4cm角	300ml	30秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	かぼちゃ	蒸す	1/8個	—	鍋底から2cm	2分	蒸しすを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	白 菜	茹でる	600g	3cm角	材料の ひたひたの量	30秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	キャベツ	茹でる	500g	短冊切り	300ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	にんじん	茹でる	500g	2cm厚さの輪切り	材料がかぶる くらい	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	にんじん	茹でる	1本	大きめの乱切り	300ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	にんじん	蒸す	2本	縦半分に切る	鍋底から2cm	2分	蒸しすを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	ごぼう	茹でる	1本	大きめの乱切り	200ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	ごぼう	茹でる	2本	4cm長さに切る	120ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	な す	茹でる	4本	大きめの乱切り	300ml	0秒	30秒蒸らしたら、急冷して蒸気を抜く
	大 根	茹でる	1/2本	3cm幅の輪切り6枚	材料の ひたひたの量	5分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	大 根	茹でる	300g	1cm幅の いちよう切り	250ml	30秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	れんこん	茹でる	300g	3mm幅の薄切り	500ml	0秒	3分蒸らしたら蒸気を抜く
	れんこん	茹でる	200g (1節)	大きめの乱切り	400ml	0秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	とうもろこし	蒸す	1本	半分~1/3に切る	鍋底から2cm	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
	いも	く り	茹でる	500g	殻つき	材料の ひたひたの量	1分
く り		蒸す	500g	殻つき	鍋底から2cm	2分	蒸しすを置いた上に材料を置く フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
たけのこ		茹でる	1000g	外側の皮を2~3枚 むき、穂先を5cm切る	最大調理量線 まで	20分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
さつまいも		茹でる	500g	2cm厚さの輪切り	350ml	20秒	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
さつまいも		蒸す	2本	斜め半分に切る	鍋底から2cm	3~4分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす
里 い も		茹でる	320g	ひと口大に切る	300ml	1分	1分蒸らしたら、急冷して蒸気を抜く
じゃがいも		茹でる	4個	半分に切る	材料の半分の 高さ	1分	フロートがおりるまで自然放置で蒸らす



P12の【調理の流れ】にあてはまらない動きをした場合は、直ぐに火を止め、使用を中止し、本ページの不具合内容とその対策をお読みになって、適切な対処を行ってください。

ご不明な場合は、P24の【お客様相談室】までご連絡ください。

不 具 合	現 象	対 策
フタが開まらない	<p>パッキンがスライドの上にかぶさっていませんか？</p> <p>スライド</p>	<p>P9の手順に従って、正しくパッキンを取り付けてください。</p> <p>パッキン スリッパ</p>
	<p>本体取っ手とフタの三角マークの位置を合わせてから閉めましたか？</p>	<p>P9の手順に従って、三角マークの位置を合わせてからフタを閉めてください。</p>
	<p>フロート安全装置が上がったままになっていませんか？ 図のような状態ではフタを開めることはできません。</p> <p>上がっている フロート</p>	<p>一旦フタを開け、フロートが上側になるようにフタを持ち、次にフタ取っ手の下に出ている2本のスライドを手前に引くとフロート式安全装置が下がります。スライドから手を離してもう一度フタを閉めてください。</p> <p>フロート スライド</p>
	<p>スライドは破損したり、変形したりしていませんか？</p>	<p>フタを最後まで閉めずに加熱したり、火力が強すぎたりすると、フタ取っ手の中のスライドが熱で変形したり、破損することがあります。修理が必要ですので使用を止め、【お客様相談室】までご相談ください。</p>
フタが開かない	<p>フロート式安全装置が上がっていませんか？</p> <p>フロート</p>	<p>フロート式安全装置が下がるまで待ってください。フロート式安全装置が下がった後、P11の手順に従ってフタを開けてください。</p> <p>下がっている フロート</p>
	<p>鍋を真横から見たとき、フタが斜めになっていませんか？</p>	<p>フタを斜めに合わせると、フタが開まらなくなったりします。もう一度フタをかぶせ直してください。外れない場合は【お客様相談室】までご相談ください。</p>

★★★ インターネットホームページ <PC・スマートフォン・タブレット端末対応> ★★★

<http://www.wonderchef.jp/>

インターネットホームページでは、250種類以上のレシピを写真入りでご紹介しています。印刷して自分だけのレシピブックを作ることもできます。また、製品や部品、別売品もご購入頂くことができます。QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧頂けます。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力して下さい。

ホームページの内容

- ワンダーシェフについて
- レシピ検索や3分間クッキングムービー
- 商品紹介
- お問い合わせ
- Q&Aページ
- ユーザー登録
- 製品・部品・別売品のご注文
- Facebookのご案内

圧力鍋レシピ集

250種類以上の
レシピを掲載
しています

- 和食 あんかけ茶碗蒸し・五目炊き込みご飯
- 洋食 かんたんパンプキンスープ・牛肉のイタリア風煮込み
- 中華 スペアリブのケチャップ煮・回鍋肉（ホイコーロー）
- 他国籍 コムタンスープ・冷麺
- お菓子/デザート カスタードプリン・タピオカのココナッツミルク
- 下ごしらえ/ソース 豆・基本のトマトソース など



QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

★★★ モバイルWeb サービス <ケイタイ対応> ★★★

<http://www.wonderchef.jp/m/>

モバイルWeb サービスでは、250種類以上のレシピをいつでもどこでも見ることができます。お買い物中に材料からメニューを選んだり、キッチンで携帯電話を片手にお料理できたりと大変便利です。QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧頂けます。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力してください。



QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

★★★ インターネット・モバイルページで<ユーザー登録>を受け付けています ★★★

<https://www.wonderchef.jp/register/register.php>

ユーザー登録をして頂くと、毎月2回「季節のレシピ」を含むメールをお届けいたします。また、ユーザー登録専用のインターネットホームページでは、ユーザー同士がコミュニケーションを持てる「掲示板」もご用意致しております。「ご購入10年後無料点検のご案内」もさしあげます。QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧頂けます。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力してください。



QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。



あなたとわたしの
①
圧力魔法鍋

あなたとわたしの圧力魔法鍋
家庭用 片手圧力鍋 3.0L
(ZASA30)

掃除ピン

お客様相談室

圧力なべ協議会 会員
株式会社ワンダーシェフ

〒561-0825 大阪府豊中市二葉町1丁目19-19

TEL (06) 6334-4349

FAX (06) 6334-4343

受付時間 / 午前 9:00 ~ 正午 12:00

午後 1:00 ~ 午後 5:00

(土、日、祝祭日、年末年始、盆休みを除く)

アフターフォローは日本国内に限ります。

<http://www.wonderchef.jp/>

web@wonderchef.jp

(この取扱説明書は2016年6月現在のものです。品質向上の為、商品仕様を予告なく変更する場合がありますので、ご了承ください。)